medela

No. 1 choice of hospitals & mothers

Calma™

ES Manual de instrucciones

BPA Bisphenol-A free

Enhorabuena por haber decidido adquirir un producto Calma. Durante casi 50 años, Medela ha sido pionera en ofrecer productos innovadores que ayudan a mejorar la salud de los bebés a través de los beneficios que da la leche materna. Con Calma puede confiar en un producto que se ha desarrollado sobre la base de una investigación consolidada. Esta investigación ha demostrado que, con Calma, el bebé es capaz de mantener la misma técnica de alimentación que muestra mientras mama. El bebé siempre preferirá y se beneficiará de la lactancia materna. Sin embargo, si se ve obligada a separarse de su bebé, Calma proporciona una excelente alternativa que reduce al mínimo cualquier interferencia con la relación establecida entre usted y el bebé durante la lactancia materna. Calma se ha diseñado para dar leche materna a bebés sanos nacidos a término.

Índice

1. Uso previsto 5
2. Significado de los símbolos 6
3. Información importante en materia de seguridad 8
4. Descripción del producto 10
4.1 Calma: un producto único para la mamá y el bebé 10
4.2 Piezas del producto 11
4.3 Material 11
5. Limpieza 12
5.1 Antes del primer uso 12
5.2 Después del uso 13
5.3 Una vez al día 15
6. Preparación para la alimentación 16
6.1 Pasos 16
6.2 Montaje de Calma 17
7. Alimentación 18
7.1 Posición correcta 18
7.2 Alimentación 19
8. Desmontaje de Calma 20
9. Conservación y descongelación de la leche materna 21
9.1 Conservación 21
9.2 Congelación 21
9.3 Descongelación 21
10. ¿Sabía que...? Preguntas más frecuentes 22
11. Eliminación 24
12. Cuidado completo durante el periodo de lactancia 25

1. Uso previsto

Calma se ha diseñado para dar leche materna a bebés sanos nacidos a término. Calma no está diseñado para dar leche de fórmula.

Con Calma, su bebé conserva el comportamiento natural de lactancia que ha aprendido en el pecho. Si utiliza una tetina convencional, el bebé tendrá que aprender una nueva técnica para beber. Para evitar que su bebé se confunda, Medela recomienda utilizar únicamente Calma desde la primera vez que dé leche materna a su bebé.

Si su bebé ya ha utilizado otra tetina, tenga en cuenta que Calma funciona de otra manera. Con Calma, el flujo de leche está controlado por la interacción entre el comportamiento de succión del bebé y el sistema de control del flujo de leche de Calma. Esta no es como las demás tetinas convencionales, así que necesitará un poco de paciencia.

Puede utilizar Calma junto con los biberones para leche materna de Medela.

2. Significado de los símbolos

El símbolo de advertencia identifica todas las instrucciones relevantes para la seguridad. Si no sigue estas instrucciones, Calma puede romperse o deteriorarse. Existen diversos símbolos de advertencia. Cada uno de los símbolos se usa con una palabra concreta. Las combinaciones de símbolo / palabra de advertencia significan lo siguiente:

Atención
Si no sigue las instrucciones de este tipo, puede romperse, deteriorarse o puede haber contaminación / desarrollo de bacterias

Observación
Si no sigue las instrucciones de este tipo, pueden producirse daños materiales.

Información
Información importante o útil no relacionada con la seguridad.

Símbolos en el embalaje

Este símbolo indica que el material es parte de un proceso de reciclaje / recuperación.

Este símbolo indica que el envase es de cartón.

Este símbolo indica que no debe exponer el dispositivo al sol.

Este símbolo indica que debe manejar este dispositivo frágil con cuidado.

Este símbolo indica la limitación de la temperatura para el funcionamiento, el transporte y la conservación.

Este símbolo indica la limitación de la humedad para el funcionamiento, el transporte y la conservación.

Este símbolo indica la limitación de la presión atmosférica para el funcionamiento, el transporte y la conservación.

Este símbolo indica que hay que mantener el dispositivo seco.

Este símbolo indica el código de barras (GTIN) de GSI.

Este símbolo indica que debe consultar las instrucciones de uso.

Este símbolo indica el código de reciclaje
(en este caso, es 01, para material hecho de PET).

Este símbolo indica que el material del producto es apto para el contacto con los alimentos.

EN 14350 Este código indica la norma europea para Artículos de puericultura: Artículos para la alimentación líquida.

Símbolos en el dispositivo / en las instrucciones de uso

Este símbolo indica el fabricante.

PP Este código indica el uso de polipropileno.

3. Información importante en materia de seguridad

No cumplir la información de seguridad de estas páginas puede causar daños.

Dispositivo

Calma no tiene resistencia térmica: manténgalo alejado de radiadores y llamas abiertas.

No exponga Calma a la luz solar directa.

Inspecciónelo antes de cada uso: estire la pieza de silicona transparente en todas las direcciones para asegurarse de que todavía está intacta. Deseche la pieza si observa signos de daños o defectos.

Por motivos higiénicos, recomendamos sustituir Calma a los 3 meses.

Importante:

l Tenga el cuidado oportuno cuando maneje biberones y componentes.
l Los biberones y las piezas fabricadas en plástico se vuelven quebradizos, cuando se congelan, y se pueden romper, si se caen.
l Además, los biberones y las piezas pueden dañarse, si se manejan mal, p. ej., si se caen, se aprietan demasiado o se vuelcan.
l No utilice la leche materna si los biberones o los componentes están dañados.

Utilización

Utilice Calma para su uso previsto, tal como se describe en este manual.

No use Calma cuando duerma o tenga sueño.

Este producto es para su uso individual. Compartirlo con otras personas puede conllevar riesgos para la salud.

Mantenga todos los componentes que no se utilicen fuera del alcance de los niños.

Para la seguridad y la salud de su bebé

¡ADVERTENCIA!

l Use este producto siempre bajo la supervisión de un adulto.
l No utilice nunca una tetina de alimentación como chupete.
l La succión de líquidos continua y prolongada provoca caries.
l Controle siempre la temperatura de la comida antes de dársela al bebé (riesgo de quemaduras).
l No caliente la leche en un microondas, pues se calienta de modo irregular y podría quemar al bebé.

4. Descripción del producto

4.1 Calma: un producto único para la mamá y el bebé

Calma no solo parece diferente. Es diferente. A diferencia de las tetinas convencionales, Calma permite que el bebé mantenga su comportamiento de alimentación natural que ha aprendido en el pecho.

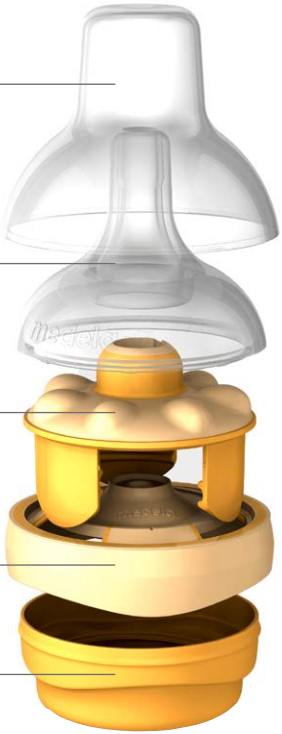
Con Calma...

... el bebé puede cambiar al pecho fácilmente. no debe aprender una nueva manera de beber.
... el bebé puede beber, respirar y hacer pausas según su propio ritmo natural. El bebé estará tranquilo y relajado durante y después de la toma.
... el bebé controla el proceso de alimentación, no usted. Esto también sucede cuando el bebé bebe en el pecho.

Para obtener más información sobre la alimentación, consulte el capítulo 7.

4.2 Piezas del producto

Para ver las piezas de repuesto y los accesorios, consulte el capítulo 12.


tapa de protección
pieza de silicona
parte superior (sistema de control del flujo de leche)
base (sistema de control del aire)
tapa multifunción

4.3 Material

- Tapa de protección / tapa multifunción: polipropileno
- Pieza de silicona: silicona
- Base / parte superior: polipropileno y elastómero termoplástico

5. Limpieza

Atención

- **Limpie las piezas inmediatamente tras su uso para evitar que se sequen los restos de leche y para prevenir el desarrollo de bacterias.**
- Utilice solo agua potable para la limpieza.
- No limpie Calma con un objeto afilado o duro (como un cepillo, un palillo o uñas afiladas).
- Para evitar la contaminación, no toque la parte interior de las piezas después de limpiarlas.
- Guarde Calma en una bolsa o un recipiente limpios y permeables al aire o en un paño o papel limpio y permeable al aire hasta que la vuelva a utilizar.

Observación

- Si limpia Calma en un lavavajillas, las piezas pueden cambiar de color. Esto no tiene ningún efecto sobre el funcionamiento.
- No deje Calma bajo el calor o la luz solar directa más tiempo del recomendado, ya que esto podría ablandarlo.

5.1 Antes del primer uso

Antes de utilizar Calma por primera vez, debe limpiar el producto a fondo. Proceda del modo siguiente:

- En primer lugar, siga los pasos descritos en el capítulo 5.2 (Después del uso).
- Después, realice los pasos descritos en el capítulo 5.3 (Una vez al día).

Limpie todas las piezas con suavidad con bastante agua jabonosa caliente (aprox. 30 °C).

5.2 Después del uso (parte I)

1

Puede encontrar más detalles en el capítulo 8, pasos 1-3.

Desmonte el sistema de alimentación en piezas individuales.

2

Enjuague todas las piezas con agua fría (aprox. 20 °C). Compruebe si las piezas tienen daños y deséchelas si observa signos de daños o defectos.

4

Enjuague todas las piezas con agua fría (aprox. 20 °C) durante 10-15 segundos.

5

Seque las piezas con un paño limpio o déjelas secar sobre un paño limpio.

5. Limpieza

Atención

- Utilice solo agua potable para la limpieza.
- Para evitar la contaminación, no toque la parte interior de las piezas después de esterilizarlas.
- Guarde Calma en una bolsa o un recipiente limpios y permeables al aire o en un paño o papel limpio y permeable al aire hasta que la vuelva a utilizar.

Observación

- Cuando hierva las piezas de Calma, puede añadir una cucharadita de ácido cítrico para evitar que se formen depósitos de cal. Cuando utiliza ácido cítrico, pueden quedar pequeños restos de ácido en las piezas de Calma. Utilice agua potable para eliminarlos. Seque Calma como se muestra en la figura 3.
- No deje Calma bajo el calor o la luz solar directa más tiempo del recomendado, ya que podría ablandarla.

5.2 Después del uso (parte II)

Como alternativa a los pasos 2, 3, 4 y 5 de las páginas anteriores: limpie Calma en el lavavajillas. Si limpia Calma en el lavavajillas, coloque las piezas en la parte superior o en la cesta de los cubiertos.

5.3 Una vez al día

1

Puede encontrar más detalles en el capítulo 8, pasos 1-3.

Desmonte el sistema de alimentación en piezas individuales.

2a

o

Cubra todas las piezas con agua y déjelas hervir durante cinco minutos.

2b

Utilice una bolsa para microondas Quick Clean* de acuerdo con las instrucciones.

3

Seque las piezas con un paño limpio o déjelas secar sobre un paño limpio.

* Para obtener más información, consulte la página www.medela.com

6. Preparación para la alimentación

Atención

- Lávese las manos minuciosamente (durante aprox. un minuto) con agua y jabón antes de tocar Calma.
- Caliente la leche almacenada con la tapa multifunción puesta (consulte la imagen). Caliente la leche a un máximo de 37 °C.

Máx. 37 °C

Tapa multifunción

- Siga todos los pasos cuidadosamente y en el orden correcto.

Observación

- Utilice solamente accesorios originales de Medela.
- Antes de utilizarlos, compruebe si las piezas de Calma y el biberón están dañados o gastados. Sustitúyalos, si es necesario.
- Todos los componentes deben estar completamente secos antes de usarlos.
- No deje Calma bajo el calor o la luz solar directa.

Información

- Puede utilizar la tapa multifunción en el biberón para transportarlo. También puede utilizarla en la base de Calma para almacenarla.

6.1 Pasos

- Extraiga y conserve la leche materna. En el capítulo 9, encontrará instrucciones de almacenamiento.
- Limpie Calma como se muestra en el capítulo 5.
- Monte Calma como se describe en estas páginas.
- Caliente la leche materna almacenada. Caliente la leche a un máximo de 37 °C.
- Coloque Calma en el biberón justo antes de la toma.

Doble el borde inferior hacia abajo.

6.2 Montaje de Calma

1

Coja la pieza de silicona. Gire el borde inferior hacia arriba. No toque la punta de la pieza de silicona.

2

Presione la pieza de silicona (con el borde vuelto hacia arriba) encima de la parte que sobresale de la parte superior.

4

Ponga la parte superior en la base. Compruebe que todas las piezas están montadas correctamente.

5

Llene el biberón con leche materna. Ponga Calma en el biberón justo antes de la toma.

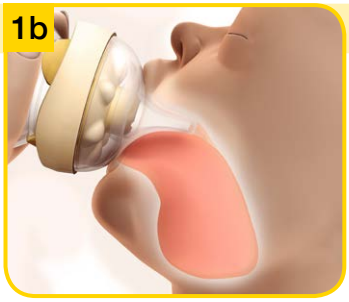
7. Alimentación

i Información

- Para ayudar a su bebé a que abra la boca y acepte Calma, estimule el labio de la misma manera que durante la lactancia.
- Debe tener paciencia hasta que su bebé acepte Calma. Es la primera vez que su bebé siente el contacto de material artificial, en lugar del pecho al que está acostumbrado. Es algo nuevo para el bebé, que no siente su olor ni el de su leche como durante la lactancia.

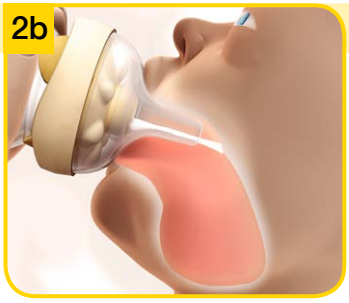
7.1 Posición correcta

- Sostenga al bebé en posición semivertical.
- Sujete Calma en un ángulo de unos 45 grados hacia el labio inferior de su bebé.
- Cuando el bebé abra la boca, coloque Calma en la punta de su lengua. No la introduzca. El bebé la hará entrar todo lo que necesite, como lo ha aprendido en el pecho con el pezón (consulte las imágenes 1a y 1b en la página siguiente).
- Durante todo el proceso de alimentación, deje Calma en la posición que su bebé haya elegido. Para facilitar la salida de la leche, el bebé debe crear un efecto de vacío (vea las imágenes en la página siguiente). Si saca o empuja Calma, el proceso se interrumpirá. También podría hacer que su bebé se atragantara.



La imagen 1a muestra cómo el bebé sujeta el pezón en su boca durante la lactancia. La imagen 1b muestra la posición correcta al utilizar Calma para alimentar a su bebé.

7.2 Alimentación



Al ser amamantado, su bebé debe crear un efecto de vacío para activar el flujo de leche. La leche fluye cuando se alcanza el nivel máximo de vacío en la boca del bebé. En este momento, la lengua del bebé está en el punto más bajo y el pezón es succionado en la boca del bebé (consulte la imagen 2a).

Calma funciona de forma parecida. Su bebé debe llevar a cabo un comportamiento parecido para crear un vacío que permita la salida de la leche (consulte la imagen 2b). Por lo tanto, es importante dejar Calma en la posición que su bebé haya escogido durante toda la alimentación.

8. Desmontaje de Calma

Atención

l Limpie las piezas inmediatamente tras su uso para evitar que se sequen los restos de leche y para prevenir el desarrollo de bacterias.

1

Retire Calma del biberón.

2

Separe la parte superior con la pieza de silicona de la base.

3

Gire el borde inferior de la pieza de silicona hacia arriba. Retire la pieza de silicona de la parte superior.

Ya ha desmontado Calma. Limpie todas las piezas, como se describe en el capítulo 5.

9. Conservación y descongelación de la leche materna

9.1 Conservación

Directrices de conservación de la leche materna recién extraída
(Para bebés sanos nacidos a término)

Temperatura ambiente	Frigorífico	Congelador	Leche materna descongelada
4-6 horas a de 19 a 26 °C (de 66 a 78 °F)	3-8 días a 4 °C (39 °F) o menos	6-12 meses de –18 a –20 °C (de 0 a 4 °F)	En el frigorífico, durante 10 h como máx. No la vuelva a congelar.

- No conserve la leche materna en la puerta del frigorífico. En cambio, elija la parte más fría del frigorífico (en la parte trasera del estante de encima del compartimento de las verduras).

9.2 Congelación

- Puede congelar la leche materna extraída en biberones o bolsas «Pump & Save»*. No llene los biberones ni las bolsas «Pump & Save» más de las ¾ partes para dejar espacio para una posible expansión.
- Biberones con etiquetas o bolsas «Pump & Save» con la fecha de extracción.

9.3 Descongelación

⚠ Atención

No descongele la leche materna ni la caliente en un microondas o en un cazo con agua hirviendo para evitar la pérdida de vitaminas, minerales y otros ingredientes importantes, y para evitar quemaduras.

- Con la finalidad de conservar los componentes de la leche materna, descongele la leche en el frigorífico durante la noche. También puede mantener el biberón o la bolsa «Pump & Save» bajo agua templada (máx. 37 °C).
- Dé vueltas suavemente al biberón o la bolsa «Pump & Save» para mezclar la grasa que se haya separado. No agite ni revuelva la leche.

* Para obtener más información, consulte la página www.medela.com

10. ¿Sabía que...? Preguntas más frecuentes

¿No parece Calma demasiado larga?

Aunque crea que Calma parece demasiado larga, no se preocupe, su tamaño es perfecto. Como sabe, su pezón se alarga hasta el doble en la boca del bebé, mientras está mamando. Calma alcanza un tamaño parecido al del pezón en la boca del bebé. No obstante, para ello es importante colocar al bebé en la posición correcta (consulte el capítulo 7 para obtener más información).

¿Un tamaño es realmente suficiente?

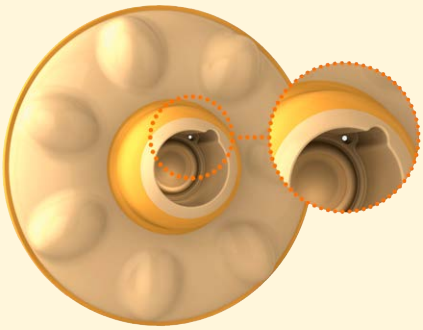
Tal vez no lo crea, pero con un tamaño es suficiente. Del mismo modo que los pechos son los mismos durante toda la lactancia. El flujo, la forma y la longitud de Calma están diseñados para adaptarse a las necesidades del bebé a lo largo de su crecimiento como lactante.

¿Puede Calma ayudar a evitar los cólicos?

Calma puede ayudar a evitar los cólicos, porque nuestro exclusivo sistema de control del aire ventila el biberón. A diferencia de muchos otros biberones con tetina ventilada, Calma regula la circulación de aire independientemente de cómo se haya montado.

¿De dónde sale la leche?

La leche fluye por el orificio pequeño del sistema de control del flujo de leche en la parte superior de Calma (consulte la imagen). El flujo de leche está controlado por la interacción entre el sistema de control del flujo de leche y el vacío que el bebé crea. A diferencia de las tetinas convencionales, si comprime Calma, no saldrá leche. Sin embargo, puede estar segura de que el bebé puede tomar la leche que necesite por sí mismo. Tenga en cuenta de que no debe limpiar el sistema de control del flujo de leche con un objeto duro o afilado (como un cepillo, un palillo o uñas afiladas).



¿Por qué a veces Calma gotea ligeramente?

Hay dos situaciones en las que Calma puede gotear ligeramente.

- Una es al final de la toma de leche. Este goteo puede producirse si el bebé suelta Calma antes de beber la porción de leche que acaba de salir del biberón.
- Si sujeta el biberón al revés, también es posible que salgan unas gotas de leche de Calma. Esto ocurre, porque la membrana de dentro del sistema de control del flujo de leche es flexible, no rígida. Que se produzca el (leve) goteo depende de la temperatura y del peso de la leche que presiona la membrana. Tenga en cuenta que el goteo no influye en modo alguno en el funcionamiento de Calma.

¿Cuándo debo sustituir Calma?

Por motivos higiénicos, recomendamos sustituir Calma a los 3 meses.

11. Eliminación

Elimine Calma de conformidad con las normativas locales de eliminación.

12. Cuidado completo durante el periodo de lactancia

Los siguientes accesorios y variantes de producto están disponibles en los distribuidores de Medela. Puede pedir un producto indicando su referencia.

Variantes de producto

Referencia	Producto
008.0138	Calma Solitaire (DE / FR)
008.0139	Calma Solitaire (EN / FR)
008.0140	Calma Solitaire (NL / FR)
008.0141	Calma Solitaire (ES / PT)
008.0142	Calma Solitaire (IT / PL)
008.0143	Calma Solitaire (SV / DA)
008.0144	Calma Solitaire (NO / FI)
008.0145	Calma Solitaire (RU / HU)
008.0146	Calma Solitaire (TR / CS)
008.0147	Calma Solitaire (EL / HE)
008.0148	Calma Solitaire (EN / JA)
008.0149	Calma Solitaire (EN / ZH)
008.0150	Calma Solitaire (TW / KO)
008.0203	Calma Solitaire (EN / AR)
008.0208	Calma Solitaire (EN / TW)

Accesorios

Referencia	Producto
800.0796	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 uds. (EN / DE / FR / IT / NL)
800.0797	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 uds. (EN / ES / PT / EL / HE)
008.0072	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 uds. (EN / JA / KO / TW / ZH)
008.0073	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 uds. (EN / RU / HU / CS / TR)
008.0074	Biberones para leche materna de 150 ml, 3 uds. (EN / SV / DA / NO / PL)
200.1659	Biberones para leche materna de 250 ml, 2 uds. (EN / DE / FR / IT / NL)
008.0091	Biberones para leche materna de 250 ml, 2 uds. (EN / JA / KO / TW / ZH)
008.0075	Biberones para leche materna de 250 ml, 2 uds. (EN / SV / DA / NO / PL)
008.0137	Biberones para leche materna de 250 ml, 2 uds. (EN / ES / PT / EL / HE)

Los demás productos de Medela están disponibles en www.medela.com.

Cuidado del pecho
Extracción
Investigaciones basadas en datos científicos
Experiencia
Innovación
Profesionales
Servicios
Formación
Alimentación
Recogida
Manejo de la leche materna

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales
Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

Spain & Portugal
Productos Medicinales Medela, S.L.
C/ Manuel Fernández Márquez, 49
08918 Badalona (Barcelona)

Spain
Phone +34 93 320 59 69
Fax +34 93 320 55 31
info@medela.es
www.medela.es

Portugal
Phone +351 808 203 238
Fax +351 808 203 239
info@medela.pt
www.medela.pt

© Medela AG/200.7200/2014-02/A